

экспериментировать над людьми, особенно над детьми?» - предложенный Б.М. Бим-Бадом в статье «Естественный и противоестественный воспитательный эксперимент». Для проверки выдвинутых гипотез студенты изучают статьи А.Ф. Лазурского «О естественном эксперименте» и С.Н. Дурылина «Эксперимент или пытка».

Приём проблемного вопроса универсален и может быть применен в преподавании различных дисциплин: «Какие риски и вызовы несет глобализация в образовании для национальных педагогических идей?», «Способна ли современная педагогика предложить истины в конечной инстанции?», «Действительно ли новые модели обучения являются таковыми?» «Проблемы современной семьи: такие разные в ней дети!», «Почему у детей одного возраста могут быть различны зоны ближайшего развития?».

В поле нашего дальнейшего исследования находится систематизация и обобщение опыта применения проблемного обучения при подготовке студентов к прохождению производственной практики.

Список литературы:

1. Вербицкий, А.А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход [Текст]/А.А. Вербицкий.- М.: Высшая школа, 1991. - 207 с. : ил. – ISBN 5-06-002079-7.
2. Гребенюк, О. С. Теория обучения [Текст]/ О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк. - М.: Владос Пресс, 2003. - 382 с. - (Учебник для вузов). - Библиогр. в конце гл.. – ISBN 5-305-00040-8.
3. Махмутов, М. И. Проблемное обучение [Текст] / М. И. Махмутов. - М.: Педагогика, 1975. - 367 с.: 1л. портр.. - Библиогр.:с.339-355 (475 назв.).
4. Проблемное обучение [Текст]: прошлое, настоящее, будущее : коллективная монография: в 3 кн. / [А. М. Матюшкин и др. ; редкол.: Е. В. Ковалевская (отв. ред.) и др.]. - Нижневартонск: Изд-во Нижневартонского гос. гуманитарного ун-та, 2010-. - 20 см. - Кн. 1: Лингво-педагогические категории проблемного обучения. - 2010. - 298, [2] с. : ил., табл. - ISBN 978-5-89988-728-1.

УДК 796.01

**Жесткова Ю.К.<sup>1</sup>, Шарифуллина С.Р.<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> старший преподаватель кафедры теоретических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Россия, г. Елабуга E-mail: [zhest.13@list.ru](mailto:zhest.13@list.ru)

<sup>2</sup> к.п.н., старший преподаватель кафедры теоретических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Россия, г. Елабуга E-mail: [SRSharifullina@kpfu.ru](mailto:SRSharifullina@kpfu.ru)

### **ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ЛОВКОСТИ У СТУДЕНТОК НА ЗАНЯТИЯХ БАДМИНТОНОМ**

Аннотация: В статье представлены результаты исследования автора по обоснованию влияния занятий бадминтоном на развитие ловкости как физического качества у студенток. Целью данной работы являлось определение значимости тренировочных занятий по бадминтону в развитии ловкости у студенток. Было установлено, что применяя анализ результатов вышеуказанного тестирования в учебно-тренировочном процессе, можно значительно улучшить показатели ловкости как физического качества у студенток, занимающихся бадминтоном.

Ключевые слова: бадминтон, физические качества, ловкость, тестирование,

реакция.

**Zhestkova Yu.K. <sup>1</sup>, Sharifullina S.R. <sup>2</sup>**

<sup>1</sup> senior teacher of department of theoretical bases  
physical culture and health and safety FGAOU WAUGH «Kazan Federal University», Russia,  
Yelabuga

E-mail: zhest.13@list.ru

<sup>2</sup> к.п.н., senior teacher of department of theoretical bases  
physical culture and health and safety

FGAOU WAUGH «Kazan Federal University», Russia, Yelabuga

E-mail:SRSharifullina@kpfu.ru

### **PROBLEM OF DEVELOPMENT OF DEXTERITY IN STUDENTS ON OCCUPATIONS BY BADMINTON**

**Summary:** Results of research of the author on justification of influence of occupations by badminton on dexterity development as physical quality at students are presented in article. The purpose of this work was determination of the importance of training classes in badminton in development of dexterity in students. It has been established that applying the analysis of results of the above-stated testing in educational and training process, it is possible to improve considerably dexterity indicators as physical quality at the students who are engaged in badminton.

**Keywords:** badminton, physical qualities, dexterity, testing, reaction.

Развитие физических качеств (в том числе и ловкость) у студентов выступает одной из главных задач, которая решается в процессе физического воспитания в высших учебных заведениях. Можно сказать, что ловкость - это физическое качество человека, выраженное в способности быстро осваивать новые движения и их сочетания, умение действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро и находчиво.

Под ловкостью (более развёрнуто) понимают способность человека, во-первых, овладевать сложными двигательными движениями; во-вторых, быстро учиться и мыслить; в-третьих, быстро перестраивать двигательную деятельность соответственно требованиям обстановки. Для развития такого физического качества, как ловкость нужен максимально возможный «багаж действий», т.е. чем больше форм изученных движений освоит спортсмен, тем легче ему будет в дальнейшем выполнять и совершенствовать различные действия.

Основой координации является ловкость, скорость реакции на предмет, хорошее восприятие дистанции, ощущение равновесия и максимум внимания. Кроме того, разные аспекты координации, быстрая ориентация в пространстве игровой обстановке, способность к быстрым ответным решениям. В современных условиях существенно увеличился объём спортивной деятельности, которая осуществляется во внезапно возникающих ситуациях, которые требуют проявления изобретательности, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений. Все эти качества связывают с понятием ловкость – способностью человека быстро, оперативно, целесообразно, то есть наиболее рационально осваивать новые двигательные действия, успешно решать двигательные задачи в изменяющихся условиях. Ловкость – сложное комплексное двигательное качество, уровень развития которого определяется многими факторами.

Ловкость – как физическое качество человека вполне можно развивать с помощью определённых упражнений. Для того, чтобы воспитывать ловкость, используют упражнения, предусматривающие выполнение движений с новыми, не выполнявшимися ранее элементами, которые можно в дальнейшем совершенствовать.

Совершенствование ловкости должно быть постоянным и непрерывным в учебно-тренировочном процессе. Существуют многообразные виды упражнений на развитие ловкости – тренировка точности воспроизведения различных двигательных движений и их отдельных частей, всего тела; точность попадания каким-либо предметом в неподвижную или движущуюся цель; достижение динамического и статического равновесия; выбор наиболее оптимального варианта выполнения движения в быстро изменяющейся ситуации. Отличным средством для воспитания ловкости являются: подвижные игры с предметами, спортивные игры, такие как: баскетбол, футбол, волейбол, теннис и бадминтон.

Спортивный бадминтон характеризуется молниеносной реакцией на движущий волан. Бадминтон, как спортивная игра, воспитывает точность зрительного восприятия, быстроту двигательных движений и временно-пространственное представление о своем теле на бадминтонной площадке. Игра в бадминтон - увлекательнейшая спортивная игра, она даёт большую дозированную нагрузку многим группам мышц. При изучении и развитии ловкости надо соблюдать следующую последовательность работы: порядок движений, их логика и закономерность. Игра в бадминтон на площадке удовлетворяет потребность организма в нагрузке через многогранные движения и позволяет достигать совершенства движений меньшими усилиями над собой. Бадминтон, давая значительную нагрузку всем группам мышц, всем системам организма, создает важный биологический резерв высокой работоспособности. У человека, занимающихся бадминтоном, в организме происходит более быстрое включение в оптимальный режим работы. Совершенствуя свои движения, человек постепенно овладевает весьма тонким и остроумным искусством игры в бадминтон. Игра на площадке требует быстрого мышления и координации своих действий. Чем лучше развита ловкость, тем скорее бадминтонист станет настоящим, умеющим мыслить во время игры на площадке. Бадминтон учит раскрепостить себя, поверить в свои силы.

Таким образом, бадминтон – игра сильных, быстрых, выносливых, ловких и сноровистых. Он современен тем, что в плане двигательных навыков учит "умению уметь" и дает своеобразную общую "технология" осуществления трудовых движений, создает запас двигательных навыков. Бадминтон помогает обрести необходимую физическую и психологическую готовность к более быстрому и успешному овладению новой специальностью, которая основана на точных двигательных навыках. Спортивный бадминтон, по статистическим данным, является одним из сложных тактических и техничных игр, он входит в тройку самых больших среди игровых видов спорта по физическим нагрузкам на организм спортсмена. В связи с этим в нашем эксперименте участвовали студентки только основной медицинской группы, не имеющие отклонений в состоянии здоровья.

Целью нашего исследования являлось определение значимости учебно-тренировочных занятий по бадминтону в развитии физического качества ловкости у девушек-студенток Елабужского института Казанского федерального университета (ЕИ КФУ). Объект исследования – учебно-тренировочный процесс занятий бадминтоном. Предмет исследования – изменение уровня развития ловкости как физического качества. Для достижения цели исследования были поставлены следующие задачи:

1. Оценить уровень развития ловкости у студенток ЕИ КФУ
2. Провести сравнительный анализ показателей развития ловкости студенток контрольной и экспериментальной групп после эксперимента.

В исследовании использовались следующие методы: проведение тестирования физических качеств, педагогический эксперимент, статистическая обработка полученных данных. Исследование проводилось на базе Елабужского института КФУ с сентября 2015 г. по февраль 2016 г. В эксперименте приняли участие студентки первых курсов факультета физической культуры в количестве 24-х человек. Из них в контрольную группу вошли 12 девушек, в экспериментальную группу тоже 12.

Тестирование студенток контрольной и экспериментальной группы проводилось дважды в течение 6 месяцев – в начале и в конце эксперимента. При проведении тестирования студенток на развитие ловкости использовались 3 теста:

1. Челночный бег 3х10м. (сек);
2. Прыжки через скакалку за 1мин (кол-во раз);
3. Жонглирование (удары открытой и закрытой сторонами ракетки) воланом с помощью ракетки для бадминтона за 15сек.(кол-во раз).

Был проведен анализ уровня воспитания ловкости студенток в начале эксперимента, который выявил, что:

1. по тесту «челночный бег 3х10м» в контрольной группе на оценку «отлично» выполнили 2 человека, на оценку «хорошо» - 4 человека, на оценку «удовлетворительно» - 6 человек, а в экспериментальной группе на оценку «отлично» выполнили 3 человека, на оценку «хорошо» - 6 человек, на оценку «удовлетворительно» - 3 человека;

2. по тесту «прыжки через скакалку за 1мин.» в контрольной группе на оценку «отлично» выполнили 1 человек, на оценку «хорошо» - 3 человека, на оценку «удовлетворительно» - 8 человек, а в экспериментальной группе на оценку «отлично» выполнили 2 человека, на оценку «хорошо» - 5 человек, на оценку «удовлетворительно» - 5 человек;

3. по тесту «жонглирование за 15 сек» в контрольной группе на оценку «отлично» выполнили 1 человек, на оценку «хорошо» - 3 человека, на оценку «удовлетворительно» - 8 человек, а в экспериментальной группе на оценку «отлично» выполнили 2 человека, на оценку «хорошо» - 5 человек, на оценку «удовлетворительно» - 5 человек;

На следующем этапе эксперимента со студентками были проведены повторные тесты, которые показали, что:

1. по тесту «челночный бег 3х10м» в контрольной группе на оценку «отлично» выполнили 4 человека, на оценку «хорошо» - 4 человека, на оценку «удовлетворительно» - 4 человека, а в экспериментальной группе на оценку «отлично» выполнили 5 человек, на оценку «хорошо» - 5 человек, на оценку «удовлетворительно» - 2 человека;

2. по тесту «прыжки через скакалку за 1мин.» в контрольной группе на оценку «отлично» выполнили 1 человек, на оценку «хорошо» - 5 человек, на оценку «удовлетворительно» - 6 человек, а в экспериментальной группе на оценку «отлично» выполнили 4 человека, на оценку «хорошо» - 5 человек, на оценку «удовлетворительно» - 3 человека;

3. по тесту «жонглирование за 15 сек» в контрольной группе на оценку «отлично» выполнили 2 человека, на оценку «хорошо» - 4 человека, на оценку «удовлетворительно» - 6 человек, а в экспериментальной группе на оценку «отлично» выполнили 2 человека, на оценку «хорошо» - 5 человек, на оценку «удовлетворительно» - 5 человек;

Анализ результатов контрольных тестов показал, что у девушек контрольной группы уровень развития ловкости ниже, чем у студенток экспериментальной группы. Прирост результатов наблюдается в контрольной и экспериментальной группах.

Мы рассчитываем, что в дальнейшем учебно-тренировочные занятия по бадминтону позволят улучшить показатели физических качеств у студенток, и не только по развитию ловкости, но и выносливости, быстроты и гибкости.

Список литературы

1. Бадминтон: учебник для студентов вузов / Ю.Н. Смирнов. – 2-е изд., М.: Советский спорт, 2011. – 250 с.
2. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи: методические указания / В.М. Мачнев. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2003. – 28 с.

3. Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах: учебное пособие / В.Г. Турманидзе. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.
4. Бадминтон: примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР и ШВСМ / А.Н. Горячев; А.А. Ивашин; Московская городская федерация бадминтона. – М.: Советский спорт, 2010. – 160 с.

УДК 378

**Зиганшина Н. Л.**

к.п.н., доцент кафедры гуманитарно-педагогических наук  
ГАОУ ВО «Альметьевский государственный институт  
муниципальной службы» Россия, Альметьевск  
e-mail: dean-z-n-l@mail.ru

### **ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛИТИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ**

Аннотация: Работа со студенческой молодежью – одно из основных направлений государственной молодежной политики. Резкая смена ценностей, приоритетов, идеалов, развязывание военных конфликтов, экстремизм, столкновение религиозных течений выдвинули на первый план необходимость укрепления целостности и многообразия современного мира, актуализацию проблем, связанных с формированием благоприятной атмосферы современного социума. Это тем более актуально на фоне всевозможных экономических санкций, повлекших за собой дополнительные политические споры и конфликты.

Ключевые слова: молодежь, политическая компетентность, молодежная политика, приоритет, критерии, политический пульс.

**Ziganshin N.**

Ph.D., Associate Professor,  
Department of Humanities and Education Sciences  
Almetyevsk State Institute of Municipal Service

### **FORMATION OF POLITICAL COMPETENCE AMONG YOUTH**

Abstract: Work with students - one of the main directions of the state youth policy. Sharp change of values, priorities, ideals, unleashing military conflicts, extremism, religious sects clash highlighted the need to strengthen the integrity and diversity of the modern world, the actualization of the problems associated with the formation of a favorable atmosphere of modern society. This is even more important against the background of all kinds of economic sanctions that entailed additional political disputes and conflicts.

Keywords: youth, political competence, youth policy, the priority, criteria, the political pulse.

Развитие международного сообщества в XXI веке характеризуется крупнейшими социальными трансформациями. Резкая смена иерархии ценностей, приоритетов, идеалов, недостаток духовности, дефицит нравственности, развязывание военных конфликтов, экстремизм, столкновение религиозных течений выдвинули на первый план необходимость укрепления целостности и многообразия современного мира, актуализацию проблем, связанных с формированием благоприятной атмосферы современного социума. Это тем более актуально на фоне всевозможных экономических санкций, повлекших за собой дополнительные политические споры и конфликты.

Всё это подвигает систему образования и всю прогрессивную общественность к